

## „В ЦАРСТВОТО НА ХИГИЯ“ НА НИКОЛАЙ КОРОСТЕЛЪОВ

П. Цонов

Д-р Николай Борисович Коростелъов е роден на 22.12.1929 г. в Москва в семейството на видния инженер-изобретател по аеродинамика Борис Коростелъов, репресиран през 1937 г. и впоследствие реабилитиран. Завършва Санитарно-хигиенния факултет на Първи московски медицински институт „И. М. Сеченов“. Значителна изследователска и практическа работа посвещава на хигиенното обучение и възпитание на деца, юноши и учаща се младеж, на проблемите на формиране на здравословен начин на живот при тях. Автор на сценарии за филми на здравно-възпитателна тематика. Други сфери на научните му интереси са етнография и ентомология. С цел събиране на етнографски материали, една част свързани и с медицината, пътешества в Кавказ, Средна Азия, Колима, Приморския край, Далечния Изток. Неговото име носят два вида открити за първи път бръмбари. Професор по история на медицината и културология в Московската медицинска академия „И. М. Сеченов“. Един от създателите на Музея към нея. Дарител на няколко московски музеи. Виден изследовател на връзките между медицина и култура. Добре известен е като **популяризатор на знанията по хигиена**. Експерт е на СЗО в Индия, където издава и първия учебник по хигиена за учащите се в горните класове. В Монголия работи по линията на СЗО заедно с проф. Кольо Гаргов (основател на сп. „Социална медицина“). Николай Борисович Коростелъов става ценен сътрудник на сп. „Социална медицина“.

Книгата му „В царството на Хигия“ изд. „Медицина и физкултура“, София, 1988, 267 с., представлява занимателна разходка за най-широк кръг читатели. Книгата цели да събуди интерес към „хигиенно мислене“ и е своеобразно пътешествие през няколко слоя, окръжаващи човека – от атмосферата до дрехите. Принудени сме да погледнем с очите на хигиениста средата, в която живеем – града, дома, жилището. Логично идва последният раздел, посветен на хигиенното поведение на човека, на неговия начин на живот и лична профилактика.

Авторът справедливо подчертава, че главен хигиенист за себе си е самият човек.

„Нашата главна героиня – Хигия, богинята на здравето, е дъщеря на Асклепий и е била изобразявана като млада жена, облечена с туника и с диадема на главата, а в ръцете си държала змия, която хранела от чаша. Символиката тук е очевидна, лекарят трябва да бъде мъдър като змия, а мъдростта да черпи от чашата на познание на природата“.

„Древните гърци правили много както за личната, така и за обществената хигиена. Върху гръцките вази са запазили до наши дни изкусно изобразените процедури на: измиване, обливане, масаж, втриване на благовонни масла. Под формата на обичаи и масова култура младежите са насочвани към възможно максимално развитие на физическите сили и красота на организма чрез „хигиастика“ т.е. дигитетика на здравите, тясно свързана с гимнастиката. Ние днес се любиме на отлетите от бронз или изсечени от мрамор антични фигури на гимнастици, дискохвъргачи, борци, бегачи, копиехвъргачи.“

„По разцвет на обществената хигиена трябва да поставим на първо място Рим. И днес могат да се видят уникалните и величествени акведукти във вид на мост, естакади с водопроводи или канали под земята. Поразават с грандиоз-

ността си развалините от термите на Каракала и Диокледиан. Те побирали съответно по 1800 и 3200 къпещи се едновременно. От гледището на съвременната медицина термите били забележителни оздравителни комплекси: студени и горещи бани, плувен басейн, стаи за масаж, пътечки за разходка, гимнастическа зала, стадион. Термите служели като своеобразни клубове, където приятели си определяли срещи и обсъждали по време на обед новостите. Термите били и храмове на изкуството, украсени с изумителни стенописи и скулптури като „Лаокон“, „Бикът от Фаранезе“ и други. „Има ли нещо по-лошо от Нерон – възкликва поетът от I-ви век Марциал – и има ли нещо по-хубаво от неговите терми“.



Николай Коростелъов в редакцията на вестник „Болница“ в навечерието на 70 –я си рожден ден [1]

„Средновековният град става разсадник на зарази. Да се убедим в това с очите си, като направим една разходка по неговите улици. Над главите на човек на различно ниво надвисват еркери, от които уличките изглеждат още по-тесни и криви. Направо от прозорците над главите на минувачите се изливат отходни води, изхвърлят се отпадъци. Да погледнем в дома на занаятчия от средна ръка. За да разгледа по-добре влезлите, стопанинът хвърля в откритото огнище слама. Огнито е и за отопляване, и за осветление. У по-състоятелните хора висят маслени светилници. Които имат възможност, предпочитат лоените свещи, а още по-добри са восъчните, но те струват скъпо и само църквите и най-богатите граждани могат да си позволят да си ги купят. Хората се мият рядко. Всъщност няма и къде да се мият. Обществени бани, които да напомнят римските терми, няма, както няма и отделени за това помещения в домовете. Обикновено ползват легени. Не познавали сапуна и за да премахнат неприятната миризма от немитите си тела, използвали благовонни масла. Дървените стени, дървените мебели, килимите, гоблените, балдахинът над леглото са пристанище за микроби и вредни насекоми“.

„Крастата и други кожни заболявания са обикновено явление. Но какво е крастата! Опустошителен мор разтърсвал Средновековието. Той отнасял много повече хора, отколкото безкрайните кръвопролитни войни. През 14 век от чума в Европа загинала една четвърт от 100-милионното ѝ население. Естествено хората панически се бояли от епидемии. Опусъвали градовете и всички се стараели да избягат от заразеното място. За това съществувала пословицата: „Бягай незабавно, отсъвай по-дълго, връщай се по-късно”. Мор (чума) са наричали различни заболявания: петнистия тиф, едрата шарка, дизентерията. Основната причина е въпиющата антисанитария! С молитви и заклинания се борили против бедата. Началото на „мора” се възприемало като божие наказание, а краят му, като благоволение свише. В чест на избавлението от поредното масово заболяване се изграждали паметници и църкви.”

„Джиrolамо Фракасторо се счита за един от основоположниците на епидемиологията и комуналната хигиена. Живял в епохата на късното Възраждане. Създава стройна теория за причинителя на заразните заболявания – „живия контагий”, чрез недостъпни за нашите сетива частици, семена, способни да създават себеподобни. Той различил три вида заразяване: чрез съприкосновение с болния, чрез предмети, употребявани от болния, и от разстояние – чрез въздуха. За онова време било подвиг да се проповядват такива идеи! Учението на Фракасторо е ценно и със системата на профилактика: водата да бъде чиста, за да не се допусне размножаването на контагии; търговията да се извършва на определени места; парите да се потапят в оцет; дори писмата да се изваждат от пликовете с пинсет.”

„Макс Петенкофер заема почетно място в историята на хигиената през 19 век. Той се проявява като енергичен изследовател – едновременно лекар, физик, химик и техник. Удивително щастлива комбинация! Тогава господства опистелната, емпирична хигиена. Петенкофер изобретил метод за определяне количеството на въглеродния двуокис в помещението. Изучава системата за отопление, обмяна на въздух през стените, естествената вентилация, допустимата граница на влажност; занимава се с проблемите за влиянието на въздуха, водата и почвата върху организма на човека, занимава се с хигиената на дрехите, установил потребността от хранителни вещества и тяхното нормиране в зависимост от труда и жизнените условия. Била доказана необходимостта от водопровод, канализация, санитарно оборудване

на жилищата, от благоустройството на градовете. Петенкофер е страстна натура, експериментира като се базира на постиженията на физиката и химията и се прославя с героичен опит... върху самия себе си. Това става на 7 октомври 1892 г. Искан да опровергае Кох, като изпива култура от холерни вибриони. Считал, че възбудителят на холерата не е единствената причина за епидемиите, а се влияе и от почвата, сезона и други фактори. Колкото и да е странно, той не се разболял от холера. Напълно възможно е нарочно да са изпратили на Петенкофер неопасни микроби?

„Възникват карантините – дословно „четиридесетдневни”, отначало за наблюдение на екипажите на пристигащите кораби, а в последствие на всички, които биха могли да се окажат приносители на инфекцията. Големите пристанища като Генуа и Венеция, постепенно се обезопасявали, създавайки противоепидемични учреждения с надзиратели – „попечители на здравето”. Появили се и „градските лекари”, както ги наричали „градските физици”.

В заключение книгата на д-р Николай Коростелъев завършва с 12 „заповеди”, които препоръчва да следваме в ежедневието:

1. Увлечение в работата, която донася полза;
2. Поддържане на жизнен тонус и ритмичност;
3. Смяна на заниманията и постоянна заетост;
4. Умение да управляваме емоциите;
5. Рационално хранене, съответстващо на възрастта, здравословното състояние, вида дейност и климата;
6. Достатъчно натоварване на мускулите;
7. Недопускане на интоксикации и самолечение;
8. Внимателно отношение към собственото здраве;
9. Използване възможностите на природните фактори – слънце, въздух и вода;
10. Рационални почивки по време на работа, в празнични дни и отпуските;
11. Осигуряване на най-хигиенни условия на труд и отдих;
12. Познаване на собствените индивидуални особености.

#### Библиография:

1. Газета „Болница“, 1999 год, номер 11.



*Автор: Петър Цонов – главен редактор сп. Социална медицина*



## ОТ ИСТОРИЯТА НА АМЕРИКАНСКОТО ЗДРАВЕОПАЗВАНЕ

За реформата в американското здравеопазване Хилари Клинтън има какво да каже. Книгата „Преживяна история“ на Хилари Родам Клинтън е лична история на Първа дама, която описва преживяните от нея осем години с описания на хора, места и събития в които пряко е участвала. Извадките от книгата са опит да се даде представа за желанието на президента Бил Клинтън и администрацията му да внесе коренни промени в трудната сфера на социалната политика.

Повечето от президентите на 20 век се бяха опитвали да реформират системата ни на здравеопазване с различен успех.

Президентът Теодор Рузвелт и други прогресивни ръководители бяха сред първите, предложили всеобща здравна осигуровка преди почти един век. През 1935 г. президентът Франклин Д. Рузвелт вижда една национална система за здравно осигуряване като допълнение към програмата Социална сигурност, крайгълният камък на неговия Нов курс. Идеята не стига до никъде, най-вече заради съп-